

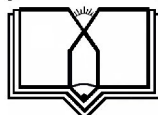
بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

معاونت پژوهشی

کمیته تحقیقات دانشجویی

دانشگاه علوم پزشکی قزوین



کمیته تحقیقات دانشجویی

## پرسشنامه طرح تحقیقاتی دانشجویی

نام و نام خانوادگی مجری/مجریان به فارسی و انگلیسی :

علی رزاق پور alirazaghpoor، الهام حسن نیا Elham Hasannia، نرگس حسینی Narges Hosseini

نام و نام خانوادگی استاد راهنما به فارسی و انگلیسی:

دکتر لیلی یکه فلاح

Dr. Leili Yekehfallah

دانشکده :

پرستار و مامایی

عنوان طرح (فارسی):

بررسی ارتباط میزان اعتیاد به اینترنت و محیط ها مجاز بر هوش هیجانی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین در سال

1397

عنوان طرح (انگلیسی):

The relationship between internet addiction and virtual environments on emotional intelligence in students of Qazvin University of Medical Sciences in 2018

۲-۱ نوع طرح :

کاربردی

## ۲-۲ مقدمه و معرفی طرح:

هدف این پژوهش بررسی ارتباط بین هوش هیجانی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان می باشد. مولفه اول هوش هیجانی (Emotional Intelligence) است.

هوش هیجانی عبارت است از ظرفیت یا توانایی سازماندهی احساسات و عواطف خود و دیگران برا برانگیختن و کنترل موثر احساسات خود و استفاده از آن ها در روابط با دیگران.

فرد که از لحاظ عاطفی با هوش است، می تواند از طریق خودآگاهی، روحیات خود را کنترل کند، از طریق خودگردانی، آن ها را بهبود بخشد، از طریق همدلی، تأثیر آن ها را درک کند و از طریق مدیریت روابط، به شیوه رفتار کند که روحیه دیگران را بالا ببرد (۱). هوش هیجانی و جنبه ها جذاب و گسترده آن در دهه ها اخیر علاوه بر روان شناسان و روانپزشکان، توجه عموم را به خود جذب کرده است. به کارگیر مفهوم هوش اجتماعی برا اولین بار به ۹۴۰ باز می گردد. پس از آن مایر و سالوو ، اصطلاح هوش هیجانی را توصیف کردند. گاردنر با مدل ثباتگذار خود به نام "هوش چندگانه" نقش عمده ا در شکل گیر نظریه هوش هیجانی داشته است. بر اساس نظریه هوش چندگانه گاردنر، دو نوع هوش عمده وجود دارد:

۱. هوش و آگاهی درونی فرد که امکان شناسایی و افتراق احساسات پیچیده انسان را فراهم می کند.

۲ دانش و آگاهی در روابط بین فرد که توانایی شناخت و تمایز عواطف و انگیزه ها دیگران را به وجود می آورد (۲).

هوش هیجانی دارا مزایا اجتماعی، شناختی و زیست شناختی می باشد. پژوهش ها نشان داده اند که افراد با هوش هیجانی بالا، سطوح پایین تر از استرس و دیگر نشانگرها برانگیختگی هیجانی را دارا هستند. کودکان با کفایت هیجانی بهتر توانایی بیشتر برا تمرکز بر احساسات و استفاده از مهارت حل مسئله دارند که موجب افزایش توانایی ها شناختی آنان می شود و در نتیجه باعث بهبود کیفیت زندگی و عملکرد فرد می شود .

اصل هوش هیجانی بر دانش فردمحور استوار است. هوش هیجانی شامل آگاهی از احساسات یا خود آگاهی (که به صورت توانایی فرد در مدیریت احساسات تعریف می شود)، کنترل احساسات و بروز به موقع آنها است.

آگاهی از احساسات و فرد و تشخیص احساسات به گونه ا که در جهان واقعی اتفاق می افتند در هوش هیجانی در بر گرفته می شوند، بدان معنا که آگاهی صرفاً به حالت ما بر نمی گردد بلکه به درک این احساسات نیز مربوط می شود.

هوش هیجانی شامل درک، فهم، استدلال و اداره هیجان در خود و دیگران مجموعه ا از توانایی ها، کفایت ها و مهارت ها غیر شناختی است که توانایی فرد را برا کسب موفقیت در مقابله با اقتضائات و فشارها محیطی تحت تأثیر قرار می دهد. عوامل تشکیل دهنده هوش هیجانی از دیدگاه بار- آن عبارت اند از:

۱. هوش هیجانی درون فرد (آگاهی، جث ورز ، عزت نفس، خود شکوفایی، استقلال)

۲. هوش هیجانی بین فرد (همدلی، مسئولیت پذیر اجتماعی، روابط بین فرد )

۳. توانایی سازگار (حل مسأله، واقعیت آزمایی)

۴. مدیریت استرس (تحمل استرس، کنترل تکانه)

بر خلاف IQ یا هوش‌بهر که بیشتر تحت تاثیر عوامل وراثتی است و در طول زندگی فرد ثابت می‌ماند، هوش هیجانی احتمالاً بیشتر تحت تاثیر شرایط محیطی است. دانیال گلمن می‌گوید: قابلیت‌ها تشکیل دهنده هوش هیجانی، در مجموع توانایی‌ها اکتسابی هستند. اما از طرفی سنجش هوش هیجانی عملاً برخی از جنبه‌ها شخصیت را مانند خوش‌بینی و استقامت در بر می‌گیرد، با توجه به اینکه در شکل‌گیر شخصیت هر دو عامل وراثت و محیط نقش دارند نمی‌توان نظر گلمن را درباره اکتسابی بودن هوش هیجانی تأیید کرد. به طور کلی در حال حاضر در مورد اینکه هوش هیجانی یک استعداد ارثی است و یا مجموعه‌ای از توانایی‌ها، قابلیت‌ها و مهارت‌ها اکتسابی، اتفاق نظر وجود ندارد. به نظر می‌رسد این امکان وجود دارد که شخص با هوش هیجانی زیاد متولد شود اما در آغاز کودکی این توانمند به گوله آسیب ببیند و منجر به کاهش هوش هیجانی شود، همچنین ممکن است کودکی با هوش هیجانی کم متولد شود اما با الگو پرورش صحیح هوش هیجانی و افزایش یابد. آسیب‌پذیر هوش هیجانی بالا، بسیار بیشتر از امکان پرورش و رشد هوش هیجانی کم است، به عبارتی دیگر هوش هیجانی تابع این اصل کلی است که نابود کردن همیشه آسان‌تر از پرورش دادن است (۳).

اما مولفه دیگر اینترنت و اعتیاد به آن (Internet Addiction) اسلیت‌ترنت از جمله فناوری‌ها نوین ارتباطی و اطلاعاتی است که در فضا مجاز میان رایانه‌ها هر روز مخاطبان بیشتر را به خود جلب می‌کند. وجود حجم انبوه اطلاعات در اینترنت آن را به یکی از عمده‌ترین منابع اطلاعاتی تبدیل کرده است. اما در صورت عدم استفاده صحیح منجر به بروز آسیب‌ها اجتماعی جدید مثل اعتیاد به اینترنت، تعارض هویت فرهنگی، اختلاط و مسخ فرهنگی و ... می‌شود (۴).

براساس آخرین آمار سازمان ملل متحد، تعداد کاربران اینترنت در جهان از مرز یک میلیارد و ۱۷۳ هزار نفر گذشته است و پیش‌بینی می‌شود این رقم تا سال ۲۰۱۱ به ۲ میلیارد نفر برسد. در حال حاضر درصد کاربران اینترنت در آسیا ۳۸/۷ درصد، اروپا ۲۶/۴ درصد، آفریقا ۳/۴ درصد، آمریکا شمالی ۱۸ درصد، آمریکا جنوبی ۹/۶ درصد، اقیانوسیه ۱/۵ درصد، خاورمیانه ۲/۵ درصد گزارش شده است. ورود اینترنت به ایران به آغاز دهه ۱۳۷۰ شمسی باز می‌گردد. استفاده غیر متعارف از اینترنت موجب وابستگی‌شدید روانی و فکر شده و کاربر عادت می‌کند به یک فضا غیرواقعی پناه برده و زندگی کند. این اعتیاد مقدمه آسیب‌ها روانی مانند افسردگی، انزوا، افت تحصیلی و مشکلات شغلی است (۴).

از اوایل دهه‌های ۱۳۷۰، پژوهش‌ها و بررسی‌ها بسیار در زمینه روانشناسی اینترنت و تاثیر بر سلامت و رفتار انسان انجام پذیرفته است. اما این مسئله در کشورها در حال توسعه‌ها اسلامی به یک امر مخاطره‌آمیز تبدیل شده است. آگاهی از پیامدها ناشی از استفاده بیمارگونه از اینترنت و در کنار آن، در نظر گرفتن راهبردها مناسب برای استفاده درست و پیشگیر یا کاهش پیامدها احتمالی منفی آن اهمیتی اساسی دارد (۵).

کاربردها فراوان اینترنت و جذابیت‌ها آن سبب شده که در سال‌ها اخیر پدیده‌ای با عنوان "اعتیاد به اینترنت" ظهور یابد. اعتیاد به اینترنت با عباراتی نظیر اختلال ناشی از استفاده بیش از حد اینترنت یا استفاده نامعقول و بیمارگونه از اینترنت تعریف می‌شود (۶، ۷). ایوان گلدبرگ، روان‌پزشک کلمبیایی، اولین بار اختلال اعتیاد به اینترنت را در ۱۹۹۵ مطرح کرد. و اختلال اعتیاد به اینترنت را نوعی اختلال رفتار می‌داند که به عنوان مکانیسم مواجهه مورد استفاده قرار می‌گیرد (۸).

اعتیاد به اینترنت نوعی وابستگی رفتار است که فرد برا مقابله با مشکلات از آن استفاده می کند. انقلاب الکترونیک، انفجار اطلاعاتی و انقلاب رایانه تفاوت ها کمی و کیفی بسیار در جهان نسبت به دو دهه پیش با خود به همراه آورده است. اینترنت پیش از آن که در دستر عموم قرار گیرد، به عنوان وسیله ا برا مکاتبات محرمانه و دست یابی به روابط مطرح بود. سپس به صورت وسیعی رشد کرد و تبدیل به وسیله ا ضرور در زندگی گردید. رشد جمعیت استفاده کننده از اینترنت ادمه دارد وممکن است برا کاربران و جامعه تبدیل به یک مسئله بحرانی گردد(9).

از نظر یانگ (۱۹۹۶) محقق برجسته در زمینه اعتیاد اینترنتی (که توانسته پرسش نامه اعتیاد به اینترنت طراحی کند)، افراد که بیش از حد از اینترنت استفاده می کنند افراد تنها، خسته، افسرده و بدون عزت نفس هستند(10). دیویس می گوید که اصطلاح "استفاده بیمارگونه از اینترنت" نسبت به سایر اصطلاحات مناسب تر است. و معتقد است که استفاده از اینترنت صرفاً یک رفتار اعتیاد نیست، بلکه مجموعه ا از عوامل شناختی و رفتار را در زمینه اینترنت تشکیل می دهد که رو زندگی فرد تاثیر می گذارد(11).

اورزاک اعتیاد به اینترنت را نوعی اختلال در نظر می گیرد و مردمی که رابطه با صفحه رایانه را جذاب تر از واقعیت زندگی روزمره می بینند از آن رنج می برند. به نظر او هرکس که رایانه دارد در معرض اعتیاد است. اما افراد که خجالتی، افسرده، تنها و بی حوصله هستند وویژه آنهایی که از یک اعتیاد دیگر بهبود می یابند آسیب پذیر بیشتر دارند(12).

برخی مطالعات نشان داده اند که ۴۰ درصد از کاربران اینترنت مبتلا به علائم رفتارها وسواسی، حالت روان شیدایی، افسردگی و جز اینها هستند. همچنین در مطالعات به ویژگی هایی نظیر انزوا اجتماعی، عزت نفس پایین و ... اشاره شده است(13).

با توجه به اهمیت هوش هیجانی و تاثیر فوق العاده آن بر زندگی فرد و اجتماعی افراد و دسترسی عمومی به کامپیوتر، اینترنت و جمعیت رو به رشد کاربران و عدم وجود پژوهشی که رابطه بین اعتیاد به اینترنت و هوش هیجانی را بررسی کند، پژوهشگر بر آن شده تا این موضوع را در سطح دانشگاه علوم پزشکی استان بررسی نماید.